

 ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTERGRACIÓN SOCIAL	PROCESO PRESTACION DE SERVICIOS SOCIALES PARA LA INCLUSIÓN SOCIAL		Código: FOR-PSS-570	
			Versión: 1	
	FORMATO REGISTRO DEL DESARROLLO DE ACTIVIDADES SUBDIRECCIÓN PARA LA VEJEZ		Fecha: Memo I2022016490 – 13/05/2022	
			Página: 1 de 2	

1. Servicio Social/Modalidad/Estrategia: <u>SERVICIO INTEGRAL DE BIENESTAR Y CUIDADO PARA LAS PERSONAS MAYORES</u>	1.1. Unidad Operativa/Lote/Zona: COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MAR							
1.2 Localidad: SUBA								
2. Línea: CUERPO Y MENTE	2.1. Fecha de Ejecución:							
	<table border="1"> <tr> <td>3</td> <td>5</td> <td>2023</td> <td>al</td> <td>31</td> <td>5</td> <td>2023</td> </tr> </table>	3	5	2023	al	31	5	2023
3	5	2023	al	31	5	2023		
2.2. Nombre del encuentro: RECONOCIENDO LA CULTURA LATINO AMERICANA-FISIOTERAPIA								
2.3. Acompañante social a cargo de la digitación: ADRIANA MARCELA FORERO SANCHEZ								
3. DESARROLLO								
3.1. OBJETIVO GENERAL								
Promover en las personas mayores la movilidad articular, funcionalidad e independencia; por medio de actividades físicas y de motricidad que permitan de forma activa y participativa desarrollar sus habilidades dentro del Centro de Comunidad de Cuidado Hogar casa Santa María								
3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS								
<ul style="list-style-type: none"> Evitar descalcificación ósea por medio de ejercicios de cadenas cinéticas. Incrementar la capacidad respiratoria. Mantener la movilidad articular al igual que la funcionalidad e independencia. Incrementar la estabilidad en las fases de la marcha. Promover la higiene postural y ergonomía. Mejorar la flexibilidad y amplitud de arcos articulares. Facilitar procesos de equilibrio, coordinación y propiocepción. Mejorar la fuerza muscular, de modo que aumente la resistencia al esfuerzo.								
3.3. METODOLOGIA								
3.3.1 MOMENTO INICIAL	Se realiza actividad en las Zona previamente seleccionada en donde cada una de las personas realizaran la actividad acorde a las necesidades y patologías de base, generando en ellos acciones de fortalecimiento muscular y permitiendo la actividad según la funcionalidad e independencia estas actividades se desarrollan por medio de ejercicios de cadenas cinéticas abiertas, cerradas, ejercicios por medio de diagonales de Kabath, técnica Bobath, ejercicios resistidos por medio de bandas elásticas con diferente resistencia, mancuernas entre otros Estas actividades se ejecutaron los días 3, 10, 17, 24, 31 de Mayo de 2023							
3.3.2 MOMENTO CENTRAL	MAYO 3 DE 2023 9:00 - 10:30 Se realiza intervención fisioterapéutica de intergración y participación grupal, donde se llevan a cabo ejercicios de fortalecimiento muscular, técnica de Kabat para aumentar la fuerza muscular, además de aumentar la estabilidad y la amplitud del movimiento articular, se combinan estiramientos, se evidencia a Ana Satoque desarrollar todas las actividades sin novedad, Jaime Rodríguez no participa de la actividad completa, tampoco logra seguir comandos verbales.							
	MAYO 10 DE 2023 9:00 - 10:30 Se realiza intervención fisioterapéutica grupal a través de yoga estas prácticas se enfocan en movimientos lentos y suaves que mejoran la flexibilidad, la fuerza y el equilibrio, se acompaña a la persona mayor Martha Machado en la realización de cada ejercicio. Se lleva a cabo retroalimentación en la movilidad articular y core. Los demás participantes continúan la actividad sin complicaciones y se muestran a gusto con la misma.							
	11:00 - 12:30 Se realiza intervención fisioterapéutica grupal a través de actividades específicas para estimular la memoria, con rompecabezas, juegos de palabras y ejercicios de recordar nombres y fechas importantes. Esto ayudan a mantener la mente activa y promueven el bienestar cognitivo. Rosa Contreras logra trabajar en grupo y completar el rompecabezas, Jose Amaya se muestra interesado en recordar nombres y fechas, a Enrique moreno se le dificulta un poco recordar pero con esfuerzo lo logra.							
	MAYO 17 DE 2023 9:00 - 10:30 Durante la realización de la técnica de pilates y core las personas mayores muestran participación e interés por la actividad, en el caso de la persona mayor Ana Satoque tuvo iniciativa para realizar los ejercicios de manera independiente teniendo en cuenta que los ejercicios tenían cierto grado de dificultad, culminando de manera satisfactoria la actividad. Por otro lado, la persona mayor María del Rosario Saray realiza los ejercicios de manera asistida con una buena actitud en donde se evidencia dificultad en algunos ejercicios; sin embargo, se ve muy participación y más activa.							
	11:00 - 12:30 Se lleva a cabo actividad de habilidades motrices donde se logra interactuar directamente con las personas mayores trabajando técnicas psicomotrices, a través de estiramiento muscular y movilización articular activo dirigidos, se trabaja concentración y asociación con material didáctico, se permite una participación voluntaria y dirigida, donde se logra la interacción entre los mismos y la realización de las actividades de la mejor manera, se finaliza con estiramiento muscular. Se destaca en la actividad la persona mayor Dolores Rodríguez.							
	MAYO 24 DE 2023 9:00 - 10:30 El grupo para el día de la actividad demuestra interés y agilidad para realizar el circuito comprendido para fortalecer las fases de la marcha, la persona mayor Jorge Rojas ejecuta el ejercicio sin ningún tipo de limitación de manera rápida, la persona mayor Gloria Ruiz realiza el circuito y cumple todas las estaciones con apoyo de las barras paralelas evidenciando un riesgo de caída moderado, la persona mayor Julio Sabalza inicia la actividad y completa todas las estaciones en el tiempo reglamentario, la persona mayor Rosario Saray ejecuta el circuito con ayuda del bastón y en algunos casos se apoya de las barras paralelas esto con el fin de evitar algún tipo de caídas, la persona mayor Jaime Caro abandona el sitio de la ejecución de los ejercicios sin explicación alguna, en general todo el grupo realiza los ejercicios con interés y de manera ordenada.							
	11:00 - 12:30 Se evidencia que la personas mayor Clara Berrios y Dolores Rodríguez realizan todos los movimientos en posición sedente con una buena actitud y la mayoría de las canciones las cantan, por otra parte la persona adulta Rosa Beltral se encontraba dispersa pero ejecutaba solo los movimientos marcha, pasos laterales, pasos al frente pero al momento de los bailes no los ejecutaba.							

MAYO 31 DE 2023

9:00 - 10:30

En la primera actividad con el balón, los lanzamientos y su lateralidad se destacó la persona mayor Rosario Saray, quien desde el principio mostró actitud y coordinación al realizar la actividad, por otro lado en la actividad de patrones fundamentales, lanzamientos oculomanejados, se destaca la persona mayor Julio Sabalaza, debido a que sus rangos de movimiento han aumentado, y le dan más control a los movimientos en el molinete de lanzar, haciéndolo de una manera efectiva, para finalizar en la última actividad, de agilidad y asociación con el tablero multisensorial, se destacó la persona mayor Gloria Ruiz, quien a nivel cognitivo se evidencia que está conservada, y aunque toma tiempo para la solución de la actividad, lo hace de una manera acertada.

11:00 - 12:30

Se evidencia que la persona mayor Jaime Ospina realiza de manera autónoma los ejercicios; sin embargo requiere de retroalimentación para realizarlos de manera efectiva y al efectuar dicha retroalimentación la persona mayor ejecuta los movimientos con mayor propiedad, por otro lado la persona mayor Rafael Hernández sigue los patrones del movimiento pero con indicaciones constantes las cuales le permiten seguir la secuencia de manera positiva y ejecutar los movimientos de manera apropiada, por último la persona mayor Rosa Beltrán, a pesar de que se dispersa constantemente si se le da la retroalimentación pertinente realiza la actividad de manera efectiva, en cuanto a los demás participantes de la actividad se evidencia que se encuentran activos y entusiasmados por la misma y la llevan a cabo de manera independiente.

3.3. MOMENTO FINAL

Durante las actividades de fortalecimiento muscular se ha venido evidenciando que las personas mayores mejoran el acondicionamiento físico así como el desplazamiento locomotor de forma independiente y más segura.

3.4. RECURSOS

Sillas
Cabinas de sonido
USB con música
Bandas Elásticas
conos
Aros
Lazos
Pictogramas
Balones

4. EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO

Favorecer en las personas mayores sus habilidades cognitivas, motricidad, orientación espacial, y razonamiento; coordinación visomanual, lateralidad, estimulación multisensorial e integración sensorial; destacando la participación e iniciativa en las actividades de fortalecimiento artromiocinético.

Gloria Ruiz: NO FIRMA
cc 11369124

Juana Villazon: Juana Villazon
cc 51601780

Julio Sabalaza: Julio Sabalaza
cc 7471436

Fecha de evaluación del encuentro: Estas actividades se ejecutaron los días 3, 10, 17, 24, 31 de Mayo de 2023

Nombre del profesional que evalúa: ADRIANA MARCELA FORERO SANCHEZ

Coordinador: JUAN CARLOS RODRIGUEZ

CENTRO COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Unidad Operativa: CENTRO DE COMUNIDAD DE CUIDADO HOGAR CASA SANTA MARIA

Componente: ATENCION INTEGRAL PARA EL DESARROLLO HUMANO

Eje de Atención: CUIDADO INTEGRAL

Línea de Atención: CUERPO Y MENTE
Nombre de la actividad: RECONOCIENDO LA CULTURA LATINOAMERICANA-FISIOTERAPIA

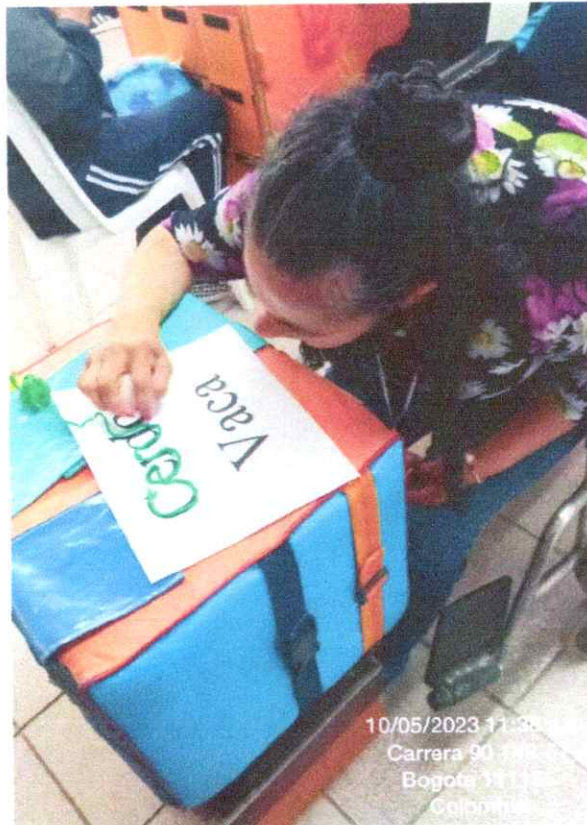
FECHAS

Mayo 3 de 2023

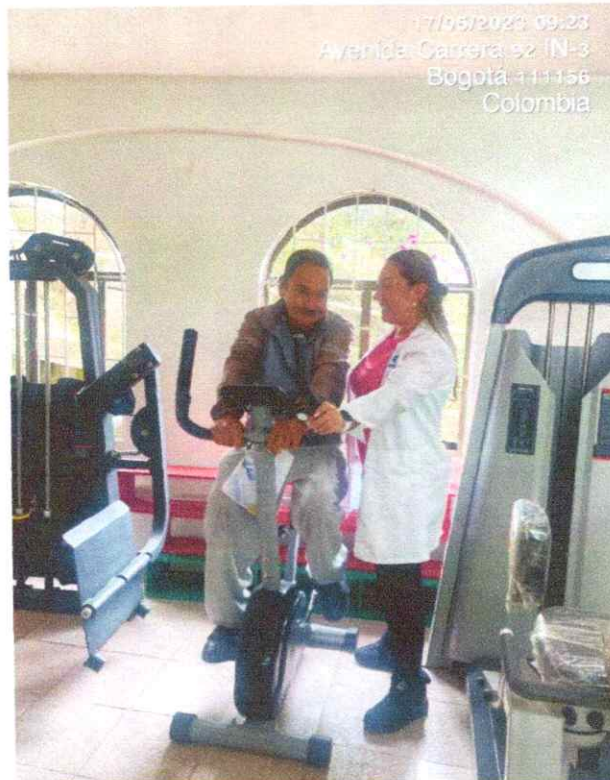


Mayo 10 de 2023





Mayo 17 de 2023





Mayo 24 de 2023



Mayo 31 de 2023





31/05/2023 12:11 p.m.
Carrera 90 149-57
Bogota 111156
Colombia